

障害者による武道事例の調査研究について

— 富山県立富山総合支援学校での空手道指導事例について —

泉 賢司¹⁾, 松井完太郎²⁾, 太田熊野³⁾

(¹⁾国士舘大学, ²⁾国際武道大学, ³⁾富山県立富山総合支援学校)

The Investigation report of budo for the Disabled

— Instruction of karate-do for the Toyama support school In Toyamaprefecture —

キーワード：リハビリテーション、障害者武道、指導方法

Kenshi Izumi

はじめに

障害者と一口に言っても、色々な障害を持った人がいます。又、同じ名称の障害に分類されていても、症状は個別に異なり、指導者は、その本人の状態を見抜く力が必要となってきました。

そこで、練習方法も異なってくるし、効果も異なってくる。残念ながら、障害者による武道研鑽事例が少ない現状では、指導方法に関する情報も科学的検証を支えるほどの事例数に欠け、因果関係立証には到らない。

もちろん、今回の報告も、それが当該障害を持つ者すべての指導法であるとは思わない。

武道が、障害を持つ子供たちに対して、身体面や精神面のリハビリテーションとして武道を応用した場合の方法と、その有効性を明らかにすることが、必要ではないかと考えます。

稽古に関する主観的、客観的状況、そして指導、練習手法の工夫の方向性について、皆さんが多様に応用され、新たな事例を生み、(みんなの武道、それぞれの武道)を編み出し、そのことが、障害者に武道を普及することに資すると考えます。

中学校における武道必修化に関して

中学校学習指導要領が改訂され、2012年4月から中学校の体育で武道が必修化されるようになった。特別支援学校には別の配慮がなされるとしても、障害を持つ生徒が特別支援学校ではなく、いわゆる普通の中学校に入学出来るようになった。

特に、6年前から障害を持つ生徒の保護者から、就学先の選択について意見を聴取

することが義務づけられた。(学校教育法施行規則18条の2) 保護者が中学校への入学を希望する場合、必要とする医療的ケアの整備が物理的に困難な場合など特別な場合を除いて保護者の意見は尊重されるようになっている。かつての養護学校は特別支援学校と名称を変え、いわゆる普通の中学校における特別支援教育も推進されて、障害がある生徒への教育充実が更に図られた。サマランカ声明(ユネスコ1994年)を背景に、教育の包括化を実質的に進めるものだ。

このサマランカ声明を簡単に説明しますと、スペインのサマランカ市に、92カ国の政府および国際組織を代表する300名以上の参加者が集まり、インクルーシブ教育(inclusive education)のアプローチを促進するために、必要な基本政策の転換を検討することによって、「万人のための教育(Education for All)」の目的をさらに前進させるために、すなわち、学校がすべての子供たち、とりわけ特別な教育的ニーズをもつ子供たちに、役立つことを目的として作られた。

要するに、ゴールは、単に障害のある生徒が普通学級で教育を受けることではなく、(単純な統合教育)ではなく、一人ひとりの教育ニーズを捉えて教育していくインクルーシブ教育(包括教育)の実現にあります。

障害を持つ生徒は一人ひとり状況が異なる。たとえば、同じ脳性麻痺であっても車椅子を利用する場合もあれば自立歩行が可能な場合もある。現状では実際の指導事例が少なく、個別事例の紹介は可能でも、さらに汎用性のある、指導書の策定は難しいことは前述の通りである。しかし、そもそも同じ障害に分類されていても、障害を持つ生徒は一人ひとり状況が異なっているのだから、指導者はオーダーメイドが基本である。下手に一つひとつの障害名称に、対応しているかのような指導法を提示するよりも、障害名称に伴う思い込みを捨ててこそ、一人ひとりのニーズを捉えた包括教育を実現させる最前線となるだろう。そして、障害のある生徒も無い生徒も一人ひとりが世界で唯一、世界で初めての事例であることは変わらないとすれば、今回の調査対象である特別支援学校の事例は障害者のみならず、健常者への指導にも活かされるはずである。

今後、武道の授業の中に障害をもつ中学生が参加することになるだろう。そこで、障害を持った生徒が取り残されず、障害を持っていない生徒も放置もされない指導方法はあるのだろうか、皆さんと一緒に考えてみたいと思います。

富山特別支援学校の事例

太田熊野教諭(富山県立富山総合支援学校)が指導するM君は、(ライ症候群による片麻痺で車椅子利用 知的障害17歳)の事例は、2006年度の調査研究の一つでした。

M君は6年前から空手の指導を受けています。

(写真1)

稽古中、指導者からの注意に「押忍」と返事をし、緊張が解けると笑顔も出る。空手

道稽古に積極的に参加している様子がうかがわれた。見学者が稽古に来ていることの影響を否定できないが、ほぼ毎年、全日本空手道連盟が主催する全日本障害者空手道競技大会に参加し、2011年度は男子形第1部—2—1で優勝している。2012年度には茶帯に昇級し、再来年度は初段に挑戦するレベルまで来ている。返事応答も的確にこなし、稽古中に数を数えるときは、正確に1から10を動作と共に声を出して数え、例えば7を抜かしてしまうようなことは無くなっていた。

6年前は左半身はほとんど動かない状態だったが、6年たった今、大きな動きも小さな動きもこなせるようになった。健常者における6年間の成長と比較すれば変化は少ないかもしれないが、武道における身体運動にはリハビリテーションで利用される身体運動と共通する動きがふくまれ、これら身体動作内容の比較検証も重要であろうと思います。

しかし、この空手道稽古に代えて同時間に実施可能であった他のリハビリテーショントレーニングによる効果を比較検証する事は出来ない。むしろ、ここで考えるべきは6年間も稽古が継続した事実にあると考える。そのためには、目的をリハビリテーション効果から少しずらしてほかに設定する必要があります、(例えば、昇給・帯の色が変わる、大会に出場する、技が出来るようになる、道着に着替える、空手道の稽古をする等)この事が継続のカギになりそうです。

(写真1)



以前から稼働領域が大きかった右腕が、円を描く掛け受けも出来るようになった。(6年前の写真)

(写真2)



現在のM君

(指導方法)大きな動き・小さな動き

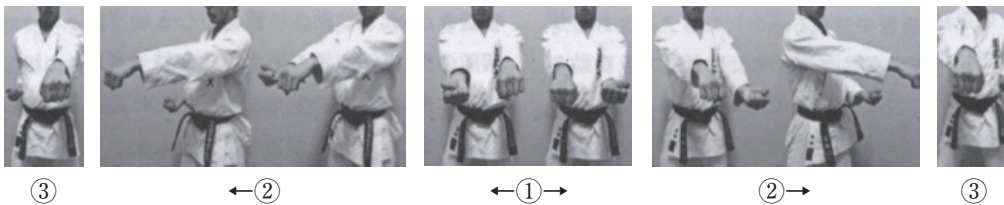
M君を指導した富山県立富山総合支援学校の太田熊野教諭は、「大きな動きをさせなければ小さな動きから支持する、小さな動きをさせなければ大きな動きから支持する」という指針から新たな指導法を編み出している。

太田教諭が最初に障害のある生徒達に空手指導をしたのは、運動会の時に空手の動作を使って「三三七拍子」の応援をさせた時だった。知的障害や身体障害がある生徒達に、空手の正拳突きにおける腕の回旋を教えるのは難しい。

そこで太田教諭は次の3段階を踏ませる指導をした。

1. 左右の腕を交互に回旋させる練習をしながら、(写真3-①)
2. 徐々に身体を左右に揺らすように振らせ(写真3-②)
3. 拳が上を向いている側の肘を曲げて引きの状態を作らせる。長時間の練習は集中力 持たない。太田教諭の場合は15分程度の練習を5回ぐらいで自然に正拳突きの形が(3-③)になるようにした。そして最終的には三三七拍子の七拍子目に上段蹴りをさせ姿勢を反転させ、三三七拍子が続けるといふ集団演武を成功させている。

(写真3)



身体を揺らすことで出来るようになる工夫はM君への指導でも応用されている。M君の腕の動きは直線的になる。腕を上直線的に上げる「上げ受け」は出来ても、腕に円を描かせ相手からの突きを受ける「掛け受け」の動作が出来なかった。しかし準備体操中に身体を旋回する運動を取り入れると腕が回る。上半身の旋回から、肩の旋回を練習させ、前述のように「掛け受け」の動作が出来るようになった。(写真4参照)

この「掛け受け」の動作が出来るまでに4年かかっている。その後、「掛け受け」の後に腕を引いて突きを出す動作に2年。現在は突きが掛け受けの時のまま手が開いたままになるので、握らせる練習をしている。

逆に、「小さな動きをさせれば大きな動きを支持する」という指針で指導している例として、太田教諭は目の前の目標物を手でつまませる動作を通じて、上半身を起こさせる練習をする。

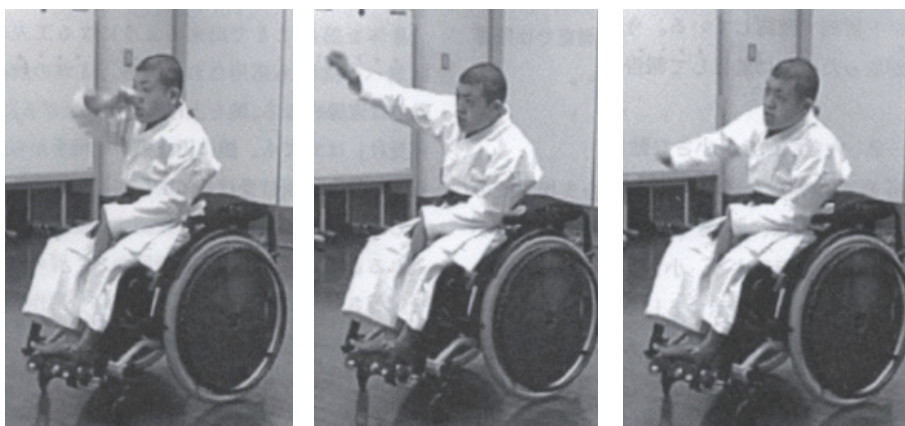
メンホー（フェースガード）を目の間にだして、メンホー装着用のテープ部分を「つまんでごらん」と指示する。「できるな」と褒めながら目標物を徐々に上方に上げていく。最終的には十分に上半身が起きる。「姿勢がよくなったな。これでメンホーをつけられる」と褒めて選手のようにメンホーをつける体験をさせて次の稽古に移る。

小さいものをつまむことに集中すると、自然に上体を起こすという大きな動きができる。そして、練習中も達成後も集中力を切らさない工夫がなされている。

「大きな動きが小さな動きに繋がり、小さな動きが大きな動きに繋がる」というイメージで個別の指導法を編み出しているが、太田教諭がイメージとしている「大きな動き」と「小さな動き」とは何かという議論は有効ではない。

この「大きな動きが小さな動きに繋がり、小さな動きが大きな動きに繋がる」というイメージで個別に指導法を編み出す手法が持つ有用性の根源は、本来の目標を少しずらすことにありと捉えられる。すなわち、ここで「大きな動きが小さな動きに繋がり、小さな動きが大きな動きに繋がる」イメージとは、身体各部位ごとの小さな身体運動の積み重ねから同時進行で大きな身体運動が成り立つという理解ではない。練習する者が集中しやすい目標を別に定めて、最終的に本来の到達目標を達成するという試みであると捉えることができる。

(写真4)



(写真5)



運動会

(写真6)



全国大会壮行会

(写真7)



全国大会

呼吸法の指導

太田教諭は、呼吸法の指導を初期から意識的に行っている。「ゆっくり吐く」と「速く吐く」の2種類の指示を使う。身体がこわばって力が入っている時は、身体を柔軟にするために「ゆっくり吐いて」と指導する。例えば腕を引いたときに肩が同時に上がるようであれば、肩が上がっていることをM君に認識させ、「ゆっくり吐いて」という指示でゆっくり吐かせる、吐くことによって肩の力が抜けることを体感させる。

又、逆に、身体に力を入れて動きを止めさせる時は、「速く吐く」という指示で腕に力を入れて動きを止めさせる指導をしている。

叱る指導

6年前の調査時には太田教諭は「M君に叱らない」という方針をもっていた。しかし、今回調査時には厳しい語調で注意することが何度かあった。小学部の生徒であったM君に空手道指導を始めたときから3年間は「M君に叱らない」という方針を維持して指導した。しかし、M君が中学部2年になり、太田教諭がクラス担任として日常からM君と接するようになったことを契機に、やってはいけないことを「やってはダメ」と注意し、彼がふざけてやってはいけないことを続けたときは叱るということを始めた。そして、高等部に入ったときに真面目に稽古に取り組まなかったM君に厳しく叱り、その日は稽古途中で自宅に帰した。

「帰りなさい」「やりたい」「ダメです。もう空手道はやらなくていい。帰りなさい」

この事件のあと、M君から「もう一度、空手道をやらせて下さい」という意思表示があり、以降も稽古が続いている。太田教諭はタイミングを見計らって叱る指導をしている。

どうしても一緒に稽古している他の生徒から、「どうしてM君を叱らないのか」と、問われたこともあったそうだ。「出来ないのであれば、ゆっくり学ぶしかない。ゆっくり時間がかかるから、叱るのもゆっくりするんだよ」と太田教諭は説明している。

一方で、太田教諭はしっかりと褒める。短く実施し、できたら褒めて、生徒が喜んだら、別の稽古に移る。M君は当初30分も持たなかったが、6年経過した現在では、全体で1時間から1時間30分の稽古を行っている。

「待つ・時間をかける」ことが大切だと指摘するのは簡単だ。しかし「待つ・時間をかける」を実現するのは難しい。太田教諭のように、短く指導し、小さく達成させ、褒めて、すぐ次へ移るという基本姿勢を最初に決めていると、どのように短く指導するかの工夫に集中でき、指導者側のモチベーションも維持できるように想像する。

車椅子への工夫

M君は体幹が弱く、姿勢を支持することが出来なかった。可動領域が大きい側（M君の場合は右側）だけを稽古すると更に身体のバランスがとりずらくなる。そこで太田教諭は稽古を開始した時からM君をシートベルトで車椅子に固定しないで、M君自



身の力で姿勢を支持するための体幹を鍛えることを意識した。しかし、どうしてもズリ落ちるから、保護者が(股がある部分)に円柱状のクッションを設置する改造をしました。(写真8参照)

又、麻痺側である左側は足先が内股に傾斜し、踏ん張りが利かなくなる。そこで足受けの傾斜を利用して足で踏ん張りが効くような工夫をしている。

又、突きを引いた時に肘が背面板に当たらないように、背面がリクライニングするタイプの椅子を使用しています。

あとがき

平成24年9月22日～23日の両日に、北海道(札幌市)北星学園大学で行われた、第79回日本応用心理学会において、話題提供者として、武道の研鑽が障害者にどのような影響をもたらすかというテーマで、話す機会が在りましたので、この富山特別支援学校での、太田教諭の指導方針や、指導方法を、話題提供者として報告させていただきました。そこで、最後の質疑応答で、インクルーシブ教育という立場から、どのように指導すれば良いのか?という質問があった。要するに、健常者と障害者が一緒になっても、武道の指導が出来るのかという質問があった。

私は明確な答えを出せませんでした。富山県特別支援学校においては、個別に指導しているために、このような行き届いた指導が出来ると思いますが、健常者の生徒の中に障害者が入って、このような指導が出来るかと言ったら、私は答えが出てこなかった。

しかし、これからは、このようなケースの指導が求められる事が多いにあるだろうと思います、又、これを拒むことが出来なくなれば、最善策を早急に出す必要があるだろう。

障害を持った生徒が取り残されず、障害を持っていない生徒も放置されない指導方法はあるのだろうか?。

＜ 参考文献 ＞

- ・(財)日本障害者スポーツ協会：「障害者のスポーツ障害の手引き」ぎょうせい、1997
- ・月刊「武道」2012.6 (空手専門分科会)障害ある生徒とともに武道を学ぶ
障害を通じて武道を学ぶ 国際武道大学教授 松井 完太郎
- ・下地昌一他：「現場で役立つ特別支援教育ハンドブック」、日本文化学社、2005